

طفرات النمو والرضاعة الطبيعية

ما طفرة النمو؟

طفرة النمو هي فترة من الزمان ينمو خلالها طفلك بمعدل أسرع، وتكون شهيته أفضل وقد يكون سريع الاهتياج. وعادةً ما تستمر طفرة النمو هذه لبضعة أيام.

وأثناء هذه الفترة، سيرغب طفلك غالبًا في الرضاعة بصورة أكثر. وأثناء حدوث طفرة نمو، تكون الرضاعة لبضع دقائق كل ساعة أمرًا طبيعيًا.

ومن خلال الرضاعة مرات أكثر، سيفرز جسمك كمية أكبر من الحليب لتلبية احتياجات طفلك.

العلامات المحتملة لحدوث طفرة نمو

قد تظن الأم أن:

- ثدييها غير ممتلئين
- ثدييها "فارغان"
- حليبيها لا يُفرز بقوة كالعادة
- ليس لديها حليب كافٍ

قد يكون الرضيع:

- سريع الاهتياج
- راغبًا في الرضاعة طوال الوقت
- يستيقظ كثيرًا أثناء الليل
- سريع الاهتياج أثناء الرضاعة
- سريع الاهتياج بعد الرضاعة
- يبتعد عن ثدي أمه

توقعي طفرات النمو في سن:



- 7 إلى 10 أيام
- أسبوعين إلى ثلاثة أسابيع
- 6 أسابيع
- 3 أشهر وكل شهرين فيما بعد

ما الذي يمكنك فعله أثناء حدوث طفرة نمو:

- خططي لإرضاع طفلك عدد مرات أكثر لبضعة أيام خلال هذه الفترة. وستنظم كمية الحليب الذي يفرزه ثديك.
- لا تقلقي عندما تشعرين أن ثديك ليسا مليئين بالحليب. فهذا أمر طبيعي؛ وجسمك لا يزال يفرز الحليب! استمري في إرضاع طفلك.
- وتجنبي الرضاعة الصناعية. فقد تؤدي الرضاعة الصناعية إلى تقليل حليب ثديك.
- ويمكنك أن تحصري عدد الحفاظات المبتلة والمتسخة لتتأكدي من أن طفلك يحصل على كمية الحليب اللازمة له.

| الحفاظات المتسخة يوميًا | الحفاظات المبتلة يوميًا | سن الرضيع |
|---|-------------------------|-------------------------|
| 3 مرات أو أكثر براز غير طبيعي ومائي وأصفر اللون | 6 أو أكثر | من سن 7 أيام إلى شهر |
| مرة كل 3 أيام، مرة واحدة أو أكثر براز غير طبيعي ومائي وأصفر اللون | 6 أو أكثر | من سن شهر إلى 4 أشهر |
| مرة واحدة براز غير طبيعي ومائي وأصفر اللون | 6 أو أكثر | من سن 4 شهور إلى 6 أشهر |

وإذا كنت قلقة، أو إذا كانت لديك أسئلة، فاتصلي بنا!
خط المساعدة الخاص بالرضاعة الطبيعية: 888-278-6455

برنامج WIC للنساء والأطفال والرضع من مؤسسة الصحة العامة

1-888-942-2229

الرقم الخاص بالرسائل النصية: 91997

www.phfewic.org

www.WICOnlineEducation.org

هذه المؤسسة هي الجهة القائمة بالتوظيف والضامنة لتكافؤ الفرض.

مقدم من برنامج WIC للنساء والأطفال والرضع في مؤسسة الصحة في Northeast Valley وقطاع الصحة والخدمات الإنسانية بمقاطعة جلين

